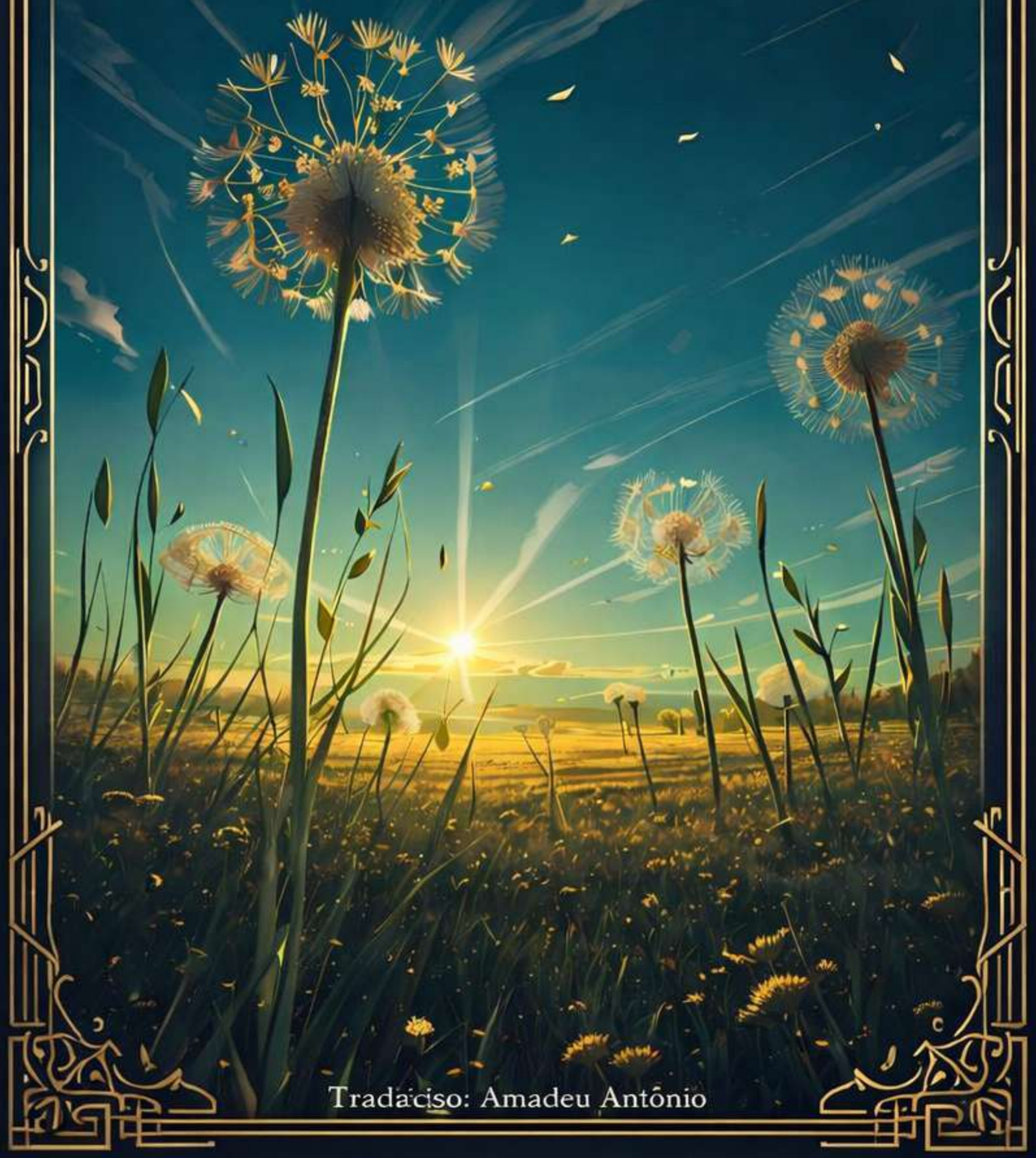
REGRAS FISIOLÓGICAS

Andrew Jackson Davis



Tradaciso: Amadeu Antônio

REGRAS FISIOLÓGICAS

Andrew Jackson Davis

(Almanaque Anual Progressivo)

Ablução, ou lavar todo o corpo pelo menos duas vezes por semana, é essencial para a sua salvação das doenças. Este é o único batismo divino que separa substâncias estranhas e febris das superfícies corporais.

O apetite no auge do verão é necessariamente e naturalmente fraco. Algumas pessoas pensam que estão doentes quando o apetite "falha". Mas a Natureza, durante o período de calor, usa este método para dar descanso aos órgãos vitais.

A acidez, um sintoma de dispepsia, pode ser aliviada com sumo de limão. A única cura absoluta é a obediência às leis da alimentação e da bebida. "O caminho do transgressor é árduo".

Os ossos podem ser fortalecidos mantendo um bom sistema digestivo. Os ossos de uma criança contêm mais matéria animal, enquanto os dos idosos contêm mais matéria mineral; portanto, o osso jovem é fraco, enquanto o osso velho é quebradiço. As crianças devem manter-se eretas e dormir direitas na cama, caso contrário, os seus ossos crescerão tortos e os seus corpos ficarão assimétricos.

A bronquite pode ser curada seguindo as direções respiratórias dadas no *Harbinger*. Aumente a capacidade torácica e superará tanto a laringite quanto a bronquite. Os músculos do pescoço não devem ser comprimidos. Expanda-os e fortaleça-os.

As queimaduras devem ser imediatamente tratadas com *urtica urens* ou tintura fraca de *lobelia*. A aplicação de grandes quantidades de algodão com azeite doce não é o melhor tratamento. As partes com bolhas podem ser cobertas com um pano de linho e creme fresco. Se não houver bolha, aplique água fria até que o ardor e a dor diminuam, depois cubra a área com um pano de linho e azeite doce. Nunca permita que a cobertura seque.

A bílis pode ser mantida fora do sangue comendo abundantemente frutas e cereais, bebendo leitelho e raramente consumindo produtos de origem animal. O jantar é a última refeição que uma pessoa dispepsica ou biliar deve comer. Sem sobremesas. Não deve haver tentativa de digerir frutas e vegetais juntos. A insensatez rapidamente exibirá sintomas desagradáveis — estômago ácido, flatulência, dor de cabeça, bílis e depressão.

A roupa deve ser trocada frequentemente. Nunca durma com a roupa interior do dia. Pessoas sensíveis dos pulmões devem usar uma peça de couro de cabra sobre o peito, em contato com a pele.

As bebidas para os meses quentes devem conter pouco açúcar. Bebidas ácidas suaves são saudáveis. Cerveja leve, com um pouco de pimenta vermelha, é a melhor e mais agradável. Não use "água gaseificada". Deixe todos os "xaropes" nas garrafas. Grandes goles de água gelada são inúteis para a sede e muitas vezes perigosos. De qualquer líquido, beba apenas quando sentir real necessidade.

Pessoas afogadas podem ser reanimadas enchendo os pulmões de ar com um fole ou soprando diretamente nas narinas, ao mesmo tempo que se pressiona o peito — primeiro para baixo e depois para cima — até que a respiração natural seja restabelecida. Às vezes, é necessário forçar a entrada e saída de ar do peito por uma hora antes da recuperação do paciente. Em seguida, envolva o corpo em cobertores quentes e mantenha a pessoa perto de uma fonte de calor por duas ou três horas.

A diarreia, mesmo a crónica, pode ser controlada bebendo chá fraco de cravinho. Mastigue cravinho para aliviar a evacuação excessiva. Raízes e folhas de *wintergreen*, juntamente com raízes e folhas de amora silvestre, fazem o melhor chá para crianças e jovens. Esse chá deve ser adoçado.

A disenteria, que se reconhece pelas evacuações sanguinolentas, pode ser controlada com repouso físico. Dê ao estômago pudins leves de farinha de trigo. Essência de *wintergreen* em um pouco de água fria ocasionalmente. Mantenha os intestinos frios e tranquilos com compressas de água e espírito de cânfora. (Para cólera, etc., veja *Harbinger*.)

A erisipela, que queima violentamente e irrita a superfície do corpo, pode ser aliviada com uma pomada feita de banha fresca e bagas de sumagre. Ou tome a tintura do sumagre chamada *Rhus* e aplique levemente nas partes afetadas.

A água gelada é boa para a neuralgia. O gelo alivia dores intensas. Pequenos pedaços de gelo colocados na boca de um epiléptico podem interromper uma crise. Beber água gelada no calor deve ser feito raramente.

Os rins podem ser facilmente fortalecidos com a aplicação habitual de água fria pela manhã, com a mão, na região lombar e nos quadris. Os jovens devem sempre praticar esse banho. Trabalhadores e trabalhadoras encontrariam grande força nesta simples prática.

A varíola raramente, ou talvez nunca, ocorreria numa comunidade onde as pessoas não consumissem manteiga, ovos ou leite de vaca. Dentre os três, este último é o mais responsável pela varíola em grandes cidades sujas.

As doenças da garganta responderão ao tratamento magnético. Todos podem usar as mãos sobre os doentes. Com esta prática, muitos se tornariam "médiuns de cura" influentes. O *Harbinger* contém todas as instruções necessárias para tornar qualquer pessoa um magnetista prático.

HARBINGER DA SAÚDE

Bronquite e Muco na Garganta

À noite e ao acordar, parece haver uma acumulação de muco na garganta. Após várias tentativas para removê-lo, o paciente finalmente tosse duas ou três vezes, podendo expulsá-lo na forma de muco e coágulos duros de matéria amarelada, às vezes com estrias de sangue. Isto pode ocorrer mesmo em pessoas temperadas, que não comem carne, mas levam uma vida sedentária.

REMEDIAR - Estes sintomas devem-se à depressão das forças vitais na região pneumogástrica. Nenhum medicamento pode curar sem o auxílio de exercícios regulares do

peito e garganta, através da respiração e leitura em voz alta por alguns minutos diariamente. Para bronquite inicial, prescrevemos: uma dracma de ácido nítrico em duas onças de água pura. **Dose**: três gotas de manhã e à noite, sobre açúcar. Ocasionalmente, tome um banho de vapor e esfregue todo o corpo com partes iguais de azeite doce, essência de hortelã e álcool. Friccione a pele com luvas de crina.

Prevenção de Constipações

A temperatura corporal equilibrada é a melhor prevenção contra constipações, catarros e bronquites. O *Scientific American* explica que um "resfriado" não é causado diretamente pelo frio ou calor. Pode-se sair de um banho quente para um frio sem ficar doente, mas tomar um "choque térmico" ao molhar uma pequena parte da roupa pode causar constipação.

Mantenha a temperatura uniforme no corpo todo. Evite correntes de ar, roupas húmidas e alimentos debilitantes. Durma o suficiente e evite bebidas alcoólicas ou açucaradas para se manter imune às constipações.

Remédio para Dificuldade Respiratória

O tratamento deve começar pelo estômago e pela pele. Talvez a origem do problema esteja na digestão deficiente e no funcionamento lento do fígado e rins, afetando os pulmões. Tome injeções fracas de chá de camomila três a quatro vezes por semana.

Antes das refeições, beba uma colher de chá de carvão pulverizado em um copo de água de cal. Use a sua força de vontade! Pratique exercícios respiratórios e aplique um grande emplastro de *Burgundy pitch* com ópio sobre o peito. Quando este desgastar, renove-o ou siga o tratamento para "Condição Negativa dos Pulmões". Coma moderadamente ao meio-dia, com bastante pimenta vermelha nos alimentos cozinhados ou grelhados.

Hemorragia Nasal

A causa geral está oculta no sistema nervoso. A debilidade do poder nervoso é a causa usual de todas as hemorragias, seja dos pulmões, ânus, nariz, estômago ou outras partes do corpo. Portanto, o verdadeiro remédio consiste em tudo o que restaura o vigor do sistema nervoso. Casca de *hamamélis* ou bórax pulverizado, aplicado dentro da narina, interrompe rapidamente o sangramento. Deve-se também derramar água fria sobre os pulsos e a nuca até que essas áreas fiquem bem resfriadas. Além disso, antes que a hemorragia tenha início, pressione as grandes veias de ambos os lados da garganta, esfregando para baixo, reduzindo assim a afluência excessiva de sangue à cabeça. Isso também deve ser lembrado em ataques súbitos de dor de cabeça. Eleve o vigor nervoso com uma dieta leve à base de frutas e cereais. O consumo de alimentos de origem animal não favorece a rápida recuperação do sistema nervoso. Além disso, recomendamos "temperança em todas as coisas" e "tempo" suficiente para a cura.

Condição Negativa dos Pulmões

Essa condição caracteriza-se pelo resfriamento da membrana pulmonar. Os pequenos vasos no peito ficam inchados e incapazes de desempenhar suas funções. Os sintomas incluem dificuldade respiratória, asma, palpitações no coração e dor de cabeça à noite.

REMEDIAR – Em qualquer caso ou clima, o banho de azeite doce é o primeiro passo – ou seja, unte bem as costas e o corpo com azeite de oliva e terebintina, aquecidos e misturados com álcool e um pouco de óleo de hortelã. Depois, aplique uma camada de lã crua ou algodão sobre as costas e pulmões, incluindo a garganta, e cubra firmemente com uma faixa adequada. Pode-se confeccionar um colete de lã temporário para esse propósito, mas será necessário substituir a lã após alguns dias e noites de uso. Esse curativo é eficaz quando a área coberta aquece quase ao ponto de suar. Deve-se removê-lo todas as noites, antes de dormir, para reaplicar o óleo ou limpar o suor, e depois recolocá-lo. Respire! Respire!

Pulmões Fracos e Extremidades Frias

Uma condição de fraqueza e frio nos pulmões (afetando todo o sistema, causando extremidades frias e suscetibilidade a constipações) pode ser parcialmente resolvida cobrindo o peito e a garganta, por algumas noites, com uma pasta leve feita de farinha umedecida e bem polvilhada com cânfora pulverizada. Espalhe essa pasta sobre um pano fino e cubra a parte externa com flanela. Para ataques repentinos de reumatismo, esse remédio é muito eficaz.

Tosse e Início de Tuberculose

Os sintomas incluem fraqueza brônquica, perda de força na parte superior dos pulmões, tosse, facilidade em contrair constipações e sinais iniciais de tuberculose.

REMEDIAR – Pratique respiração profunda todas as manhãs. Não negligencie vestir-se adequadamente para o frio. Caminhe de um a três quilómetros por dia. Prepare três litros de boa aguardente de sidra, adicionando uma colher de chá de pimenta vermelha em pó, três onças de extrato de alcaçuz e quatro onças de casca de cereja-brava. Deixe esta mistura macerar por três dias. Tome um cálice todas as manhãs em jejum.

Mantenha-se ereto! "Bendito é o homem íntegro." Endireite a coluna, expanda os pulmões, jogue os ombros para trás e respire profundamente o puro éter celestial. Coragem, leitor! Trabalhe com determinação, sustente sua família, pense de forma independente e permita que os outros desfrutem do mesmo direito – assim começará a manifestar a *Harmonia!*

Tratamento para Asma Crónica

Os pacientes descrevem uma tosse violenta e sufocante, com sensação de aperto na traqueia; sensação de falta de ar no peito, acompanhada de dor e pressão na boca do estômago, como se estivesse contraído; insónia e fraqueza; dores em todos os membros. Pode haver cólica flatulenta e espasmos abdominais; tosse seca; contração do peito e da

laringe; necessidade de se sentar para respirar melhor; alívio ao tossir; despertar súbito à noite com tosse seca.

REMEDIAR – Consideramos esta afecção semelhante à febre intermitente, sendo uma doença periódica do sistema nervoso involuntário. Os gânglios simpáticos e os nervos pneumogástricos estão frequentemente envolvidos. Acreditamos que a força de vontade pode curar tanto a febre intermitente quanto a asma espasmódica. Algumas pessoas conseguem, se quiserem, controlar os tremores do sistema. O pior erro é acreditar que não podem fazê-lo. Mas se acreditar que **pode**, então **sabemos que conseguirá**.

Muitos remédios para a asma são conhecidos pela medicina, mas a verdadeira cura reside no fortalecimento dos nervos pneumogástricos, que regulam a vida, a energia, a sabedoria e a saúde. A asma é uma desordem periódica das forças pulmonares, podendo ser um efeito ou uma causa de outras perturbações. Em qualquer caso, trate-a de forma periódica – isto é, **não tente suprimir os sintomas antes que surjam**, mas, quando estiver prestes a ocorrer um ataque, concentre sua força de vontade, caminhe com firmeza e determinação e respire lenta e profundamente. **Recupere-se!**

Asma Seca e Úmida

O único método eficaz para tratar essa doença problemática é aplicar o remédio imediatamente antes da ocorrência das crises. O nervo pneumogástrico está implicado; de fato, a desordem deste nervo é a causa de nove em cada dez casos de asma. A asma seca difere da úmida, e a asma paroxística é distinta de ambas, mas o tratamento deve seguir um método uniforme.

Quando os sintomas forem leves, unte todo o corpo com uma mistura de uma colher de chá de óleo de *Cajaput* em um litro de azeite de oliva, combinados com álcool para unir os óleos. Após a aplicação, pratique respiração profunda e lenta, expandindo os brônquios ao inclinar a cabeça e os ombros para trás.

Use uma jaqueta de seda impermeável diretamente sobre o corpo. Mantenha a pele o mais limpa possível. Quando a respiração estiver mais difícil, inale, ocasionalmente, vapores de nitrato de potássio.

Asma Alérgica ou "Chiado no Peito"

As autoridades médicas podem duvidar que este tipo de asma possa ser tratado através da coluna vertebral e dos rins, mas devemos tentar. Faça uma infusão de duas onças de *Hyoscyamus niger* (beleza-negra) em um litro de aguardente. Quando houver risco de uma crise severa, aplique uma cataplasma de cebola embebida nesta tintura sobre a coluna, na região oposta ao estômago. Acreditamos que algumas aplicações deste remédio, combinadas com exercícios respiratórios, levarão à cura.

Hemorragia Pulmonar

Adote os princípios da autocura e inicie sua transformação pessoal a partir de agora. Obtenha a resina de um pinheiro, uma dracma; a mesma quantidade de pimenta caiena; forme comprimidos de dois grãos cada.

Dose – Um comprimido às dez horas da manhã ou logo após atividade física intensa, e outro à noite antes de dormir. Ocasionalmente, tome uma colher de chá de azeite de oliva misturado com um pouco de aguardente de sidra.

Evite alimentos doces, bebidas muito quentes e mantenha-se puro e saudável. **"Sê íntegro e serás curado."**

Tratamento para Catarro e Tosse

Muitas pessoas sofrem de sintomas catarrais, como mau hálito ocasional, facilidade em apanhar constipações, expetoração de muco duro e seco, e tosse persistente.

Abolir o consumo de todos os alimentos e bebidas doces. Pode-se comer ovos abundantemente, desde que não sejam cozidos em demasia ou fritos em gordura de porco. Carne de qualquer tipo não deve ser consumida mais do que duas vezes por semana.

Os únicos dois medicamentos que recomendamos são: primeiro, a preparação homeopática de Fósforo – três gotas num copo de vinho com água, sempre que os sintomas forem severos ou incómodos, com um intervalo de duas horas entre as doses. Segundo, um limão ligeiramente adoçado como remédio todas as noites, entre o jantar e a hora de dormir. Assim que os sintomas desaparecerem, continue a tomar sumo de limão ocasionalmente, mas apenas durante a manhã.

O sistema digestivo e os intestinos devem ser mantidos saudáveis e em bom funcionamento através de massagens vigorosas. Não devem ser administrados laxantes de qualquer tipo. Estas diretrizes abrangem a maioria dos casos de catarro, salvo se o paciente estiver a sofrer de várias doenças combinadas.

O Duodeno e os Olhos Inflamados

Quase todos os casos de inflamação ocular esporádica podem ser atribuídos a um estado desordenado do estômago e do duodeno. Mesmo quando os alimentos são corretamente digeridos, pode haver perturbações na fase em que a bílis se junta ao quilo e onde os últimos processos digestivos ocorrem nos gânglios mesentéricos antes da assimilação pelo sangue.

REMEDIAR – Cerca de noventa minutos após o almoço e o jantar, tome uma colher de sopa da seguinte tintura para promover a digestão secundária: uma dracma de mandrágora, ruibarbo e pimenta vermelha (todos em pó), misturados num litro de aguardente francesa. Deixe repousar por uma semana e depois adicione um litro de água, agite bem e use conforme indicado. Se viajar e não puder estar em casa às refeições, leve um pequeno frasco desta preparação consigo.

Lave os olhos com leitelho sempre que possível ou esfregue-os com farinha de trigo-sarraceno. No entanto, sem uma mudança radical na dieta, estes remédios não terão efeito. Evite carne ao pequeno-almoço e ao jantar, e não consuma grandes quantidades de

alimentos de origem animal na refeição principal. Não coma doces ou produtos de pastelaria em nenhum momento. Não consuma frutas ou vegetais ao jantar. *"Em todas as circunstâncias, mantenha a mente equilibrada."*

Aos consumidores de tabaco, propomos uma grande missão para o seu próprio bem-estar: abandonar completamente o uso do tabaco e comprometer-se, em nome do Céu, a nunca mais o utilizar.

Éter Sulfúrico para Surdez

O novo tratamento para surdez, que tem gerado tanta controvérsia entre os médicos franceses, já é bem conhecido neste país há muito tempo. Consiste em aplicar gotas de éter sulfúrico no canal auditivo. Vários médicos desta cidade e de outras localidades têm usado este método há anos, seja isoladamente ou combinado com glicerina. Pelas últimas notícias de Paris, percebe-se que a eficácia deste remédio, embora grande, foi possivelmente sobrestimada.

Remédio para um Estômago Fraco

A *sweet fern*, se pulverizada e mastigada cerca de uma hora antes do jantar, é altamente benéfica para um estômago fraco. Apenas engula o sumo, não a erva. O *sweet flag* não é aconselhado para pessoas nervosas.

A raiz e as bagas da *Aralia racemosa* (spikenard) são, por vezes, eficazes em distúrbios dispépticos. Os médicos botânicos e ecléticos atribuem a esta planta propriedades estomacais e levemente balsâmicas ou estimulantes. O extrato alcaloide é ocasionalmente utilizado. Descobrimos que esta planta só é realmente útil quando combinada com duas ou três outras ervas medicinais mais potentes.

Existem duas formas de prevenir e curar problemas digestivos: a nobre e a ignóbil. A **nobre** consiste em fazer duas refeições por dia, controlando o apetite com determinação e dizendo: *"Comerei apenas isto e nesta quantidade, nem um único átomo a mais."*

A **ignóbil** consiste em ter uma refeição preparada em quantidades exatas e cuidadosamente selecionadas, sem margem para excessos, determinada pelas necessidades observadas do corpo, seja sob orientação de um médico sábio ou pelo próprio julgamento consciente do indivíduo.

Uso Terapêutico do Açúcar

Uma análise cuidadosa permite-nos compreender quando e em que situações o consumo de açúcar ou xaropes é compatível com a saúde. O açúcar pode ser benéfico apenas se os pacientes não sofrerem de distúrbios na função nutritiva. A digestão pode ser prejudicada pelo consumo excessivo de doces.

Por essa razão, raramente prescrevemos xaropes aos nossos pacientes, uma vez que, neste país, a maioria das pessoas doentes é dispéptica ou tem órgãos de nutrição enfraquecidos. Nos estômagos dessas pessoas, os doces transformam-se em ácidos, provocando sintomas desagradáveis.

Cura para Estômago Ácido

As causas são variadas. O remédio é simples: utilizar algumas gotas de ácido cítrico puro (sumo de limão) imediatamente antes das refeições. No entanto, a alimentação deve ser simples: sem açúcar, doces ou produtos de pastelaria. Comer bastante pão de centeio e, ocasionalmente, mastigar flores de camomila.

O Mel e Outros Doces

O néctar das flores, recolhido pelas abelhas, é uma solução aquosa de açúcar de cana. Durante o processo de transformação, o açúcar de cana decompõe-se em três tipos diferentes, que constituem o mel. O calor que as abelhas mantêm na colmeia provoca essa mudança.

Ácidos fracos, bem como calor e humidade, podem causar uma conversão semelhante do açúcar de cana. No entanto, no clima frio do norte, os órgãos digestivos humanos não conseguem processar grandes quantidades de açúcar. A saúde exige uma quantidade mínima de substâncias doces ou ácidas.

As crianças não necessitam de mais açúcar do que aquele naturalmente presente no leite e nas frutas que consomem.

Vermes em Crianças

Algumas crianças são propensas a esta condição desagradável. O verme redondo (áscaris lumbricoides) é muito comum, enquanto a ténia é rara, mas perigosa.

Os sintomas incluem: dores abdominais intermitentes, apetite variável e voraz, mau hálito, náuseas ocasionais, emagrecimento, sonhos perturbadores, tonturas, inchaço do estômago, comichão no umbigo, ranger de dentes durante o sono, coceira no nariz e, às vezes, ligeiras convulsões.

REMEDIAR – Eliminar completamente açúcar e doces. Nada de tortas, pudins, bolos ou compotas. Massagear o estômago e os intestinos com óleo diluído de cravo. Adicionar cravo em pó às refeições da criança. Chá fraco de cravo também é excelente.

O tratamento mais rápido e seguro é uma injeção de uma colher de chá de óleo de linhaça diluído em água morna, administrada duas a três vezes por semana. A obstipação não pode existir – se houver prisão de ventre, será impossível curar o problema.

A infestação por vermes não é exclusiva das crianças; adultos também podem ser afetados.

Tratamento para Disenteria Crónica

Esta doença pode ser controlada e curada através de métodos simples.

O primeiro passo, como nos ataques agudos, é parar de comer. Faça um chá de linhaça, com uma infusão forte de cravinho, e beba um gole a cada quinze ou vinte minutos. Café forte, sem leite nem açúcar, pode ser consumido juntamente com um pouco de batata assada e pão ao almoço.

As injeções de água morna ou *slippery-elm* (olmo americano) são indispensáveis no tratamento da disenteria crónica. Pessoas biliosas, que sofrem da forma mais persistente desta doença, encontrarão grande benefício na seguinte receita: misture uma colher de sopa (em pó) de ruibarbo turco e carvão de salgueiro; adicione um pedaço de bicarbonato de sódio do tamanho de uma avelã. Coloque tudo num copo de água e deixe repousar, coberto, durante doze horas. Mexa bem antes de usar.

Dose – Uma colher de chá do líquido a cada quatro horas durante o dia.

(Nunca acorde à noite para tomar qualquer remédio.)

Reforçamos a importância do magnetismo manual para restaurar o equilíbrio da saúde. Além disso, recordamos que, especialmente nos distúrbios do estômago e dos intestinos, a **vontade** é um poderoso médico. Não deixe de utilizar esse poder.

Sempre durma com a boca fechada, para que o ar, ao passar pelas narinas aquecidas, chegue mais puro e magnético aos pulmões, tornando-se assim mais energizante para o sistema nervoso.

Aftas nas Amígdalas

O remédio mais simples para afecções crónicas da garganta, com úlceras aftosas nas amígdalas e sensação de fraqueza geral, é o seguinte:

Esfregue bem a pele do pescoço com pomada de *cicuta* (*Unguenta Conii*, disponível nas farmácias). Depois, envolva a garganta com um pano de pele de cordeiro ou de gato. Remova todas as manhãs e lave a área com água fria, secando bem com fricções manuais.

Remédio interno: misture quatro onças de *golden seal* (*Hydrastis canadensis*) e raiz de *pleurisia* (*Asclepias tuberosa*). Ferva em três pintas de água da chuva até reduzir para metade. Deixe arrefecer, coe e adicione uma libra de açúcar mascavado e uma colher de chá de pimenta vermelha.

Dose – Tome uma colher de chá lentamente sempre que a dor for mais intensa ou quando sentir maior debilidade. Pode ser tomado três ou quatro vezes ao dia.

Difteria e Dor de Garganta

A difteria tem origem em certas influências atmosféricas, sendo amplamente difundida em algumas localidades, enquanto outras regiões vizinhas permanecem intocadas pelo vapor

infeccioso. Qualquer pessoa pode ser afetada por esta inflamação subtil, e apenas um estado de saúde robusto pode ser considerado um verdadeiro fator de proteção.

O médico Bruce, após investigações, encontrou registos da difteria como epidemia em Roma (ano 380), na Holanda (1337), Espanha (1600), Nápoles (1509) e Nova Iorque (1611 e 1771), tendo sido extremamente fatal.

Sintomas – Cansaço generalizado nas articulações, sensação de constipação na cabeça, garganta e pulmões. Em alguns casos, a garganta não apresenta sensibilidade, mesmo quando a exsudação diftérica já se iniciou. Odores fétidos no hálito e um leve inchaço das amígdalas são sintomas iniciais.

Remédio – Suspenda toda a alimentação, mesmo que tenha apetite, exceto papas, mingaus e panadas. Não beba água fria.

Envolva a garganta com várias camadas de flanela e mantenha essa proteção de dia e de noite sem removê-la. Mantenha-se em repouso absoluto e **não tema** o avanço da doença.

Gargareje a boca e a garganta a cada meia hora com uma solução forte de vinagre, mel, pimenta vermelha e sal misturados num copo de água morna.

Permaneça num ambiente aquecido e evite sair ao frio por vários dias consecutivos. Inspire ocasionalmente o vapor de lúpulo e durma sobre uma almofada recheada com essa planta.

Não tome purgantes nem eméticos. Mantenha os intestinos livres com lavagens intestinais de água morna.

A **American Medical Times** recomenda creosoto como aplicação local para a difteria – dez gotas num copo de água morna, usado como gargarejo, pode curar em uma ou duas aplicações.

Fraqueza Brônquica e Nevralgia

No clima americano, a fraqueza brônquica é frequentemente um sintoma de um estado geral de vitalidade reduzida. O corpo entra num nível de energia inferior ao ideal, levando a crises de nevralgia ou problemas na garganta.

A causa principal é um estilo de vida acelerado, excesso de trabalho, alimentação inadequada e a negligência dos processos digestivos e intestinais.

Remédio – Cuide meticulosamente do corpo e do ritmo diário.

Prepare a seguinte pomada:

Misture quatro onças de tintura de arnica, azeite de oliva, óleo de hortelã e terebintina. Adicione uma colher de sopa de cânfora pulverizada e gordura refinada (como banha purificada) suficiente para criar uma consistência semelhante ao melaço.

Pode ser diluído com álcool para uso mais fácil.

Aplicação – Passe essa pomada sobre a garganta, costas e peito **duas vezes por semana**. Em casos de dor intensa ou inflamação na garganta ou pulmões, aplique todas as noites antes de dormir.

Estimulação dos Rins

Um estado bilioso pode ser acompanhado de obstrução na produção de urina, agravando os sintomas e podendo levar à icterícia e, posteriormente, a distúrbios hepáticos e pulmonares.

Remédio – Entre as substâncias vegetais que estimulam os rins, destacam-se: bálsamos, terebintina, dulcâmara, digitalis, bagas de zimbro e espíritos de éter nítrico.

Um remédio popular entre alguns médicos europeus é a erva *Stork's-bill* (*Erodium cicutarium*).

Preparação – Infundir uma onça da planta seca em três pintas de água, deixando em lume brando até que restem duas pintas.

Dose – Para adultos, quatro ou cinco onças líquidas, três vezes ao dia.

Cura para Prisão de Ventre Crónica

A constipação pode ser resolvida sem recorrer a métodos artificiais.

Recomendações:

- Coma pão de Graham e compota de maçã ao pequeno-almoço.
- Evite carne, panquecas quentes mais de duas vezes por semana e café.
- Reduza ao mínimo o consumo de líquidos.
- Para alívio imediato, tome uma colher de sopa de farinha de milho ou farinha de Graham num copo de água, de manhã cedo.

Calor e Dor nos Intestinos

Muitas vezes, ocorre uma inflamação moderada da textura muscular dos intestinos — quase uma enterite; também uma lentidão de ação nos gânglios mesentéricos, causando fraqueza e distensão devido ao excesso de alimentação; uma quimificação deficiente ocasionalmente; e uma espécie de nevralgia dos gânglios simpáticos em todo o abdómen.

Remédio – Evite tudo o que provoque irritação física (*entaticus*). Na sua alimentação, os seguintes itens devem ser eliminados: "Carne salgada ou defumada, peixe salgado, vitela, gansos, patos, fígado, coração, pulmões ou tripas de animais. Manteiga rançosa, queijo forte e envelhecido, banha, carne de porco gorda, tartarugas, *terrapins*, ostras cruas ou cozidas, ovos cozidos ou omeletas."

Adote este plano, mas coma regularmente de tudo o que lhe agradar, dentro das restrições indicadas.

Todas as noites, envolva o abdómen com seda oleada ou esfregue com azeite doce. Durante o dia, use um avental de pele macia sobre o abdómen. Qualquer pessoa com dores nevralgicas no estômago e intestinos deve adotar imediatamente este método com peles. Ele é igualmente eficaz para intestinos frios, digestão lenta e flatulência habitual. No entanto, manipulações manuais e a força de vontade são indispensáveis em todos os casos.

Causa da Afta Crónica

Se o paciente for uma criança, será fraca, magra e franzina. Vomita frequentemente e os alimentos parecem não lhe fazer bem. A sua carne é mole e flácida, e a pele tem um aspeto pálido e sem vida. Transpira quase constantemente durante o sono.

A causa desta doença reside no sistema nervoso. Os gânglios estão fracos, resultando numa apatia extrema – uma suspensão mórbida da energia cerebral em relação à digestão – e, possivelmente, uma inflamação aftosa ao longo de todo o trato digestivo.

Os médicos procuram geralmente sinais desta condição na língua, gengivas, parte interna dos lábios e no palato, sob a forma de pequenas úlceras brancas. Com estes sinais, a doença é vulgarmente chamada de "sapinho" (*thrush*). No entanto, o termo *aphtha lactucium* descreve melhor todo o quadro clínico.

Remédio – Prepare um pequeno pudim duas ou três vezes por semana, com partes iguais de arroz, cevada, farinha de trigo e folhas de *mullein* (verbasco), tudo bem moído e macerado. Cozinhe a mistura até ficar completamente feita. Este será um alimento curativo para o paciente, podendo ser servido com leite ou água adoçada.

Durante a manhã, aplique um cataplasma de cebola sobre o estômago e mantenha-o por duas horas. A cebola tem propriedades estimulantes para os nervos digestivos enfraquecidos.

O paciente deve dormir com o tronco elevado, desde a cintura para cima. Nunca alimente a criança mais de quatro vezes em 24 horas.

Depressão da Vitalidade

Muitas pessoas queixam-se de uma redução nas forças vitais. O paciente sente-se frágil e a deterioração das funções é evidente.

O verdadeiro remédio é o magnetismo humano, mas, quando isso não for possível, prescrevemos a seguinte tintura revigorante:

Preparação – Misture um litro de gin holandês com:

- 1 onça de sementes de alcaravia, funcho e mostarda, todas esmagadas;
- ½ onça de raiz de genciana, mandrágora e *thoroughwort*, todas esmagadas.

Coloque tudo numa garrafa ou jarro, adicione ½ litro de azeite de oliva e uma colher de sopa de cravo-da-índia finamente moído.

Dose – Tome uma colher de chá sempre que o cansaço for mais difícil de suportar.

Tratamento para Debilidade Nervosa

Em casos onde o sistema sofre de uma debilidade nervosa crónica, com sintomas que variam conforme as estações, mas que nunca desaparecem completamente, recomendamos uma mudança completa nos hábitos de vida.

Para pessoas ricas e de classe alta, a adoção de hábitos de trabalho físico, alimentação regrada e horários de sono semelhantes aos de agricultores ou operários é aconselhável. Já aqueles que trabalham arduamente devem descansar por algumas semanas, sendo apoiados pela abundância dos mais afortunados, para permitir que os seus corpos recuperem o vigor natural.

O ideal seria que **todos** trabalhassem o suficiente para merecer o alimento e as roupas que usam, e que ninguém fosse forçado a trabalhar o suficiente para sustentar outro na ociosidade. Os doentes, os idosos e as crianças são naturalmente isentos de trabalho, mas **a saúde não pode existir num mundo onde dois terços da população estão sobrecarregados de trabalho e subnutridos, enquanto o restante vive na opulência e no luxo indolente**.

Se **todos** trabalhassem um pouco diariamente, "o mundo seria um lugar melhor." Se isso acontecesse, médicos e ministros poderiam ser dispensados.

Remédio para Perda de Memória

Vários leitores perguntaram sobre remédios para restaurar a memória. Responderemos de forma geral:

A falha da memória indica **inatividade e degeneração da substância pensante no córtex cerebral**. O verdadeiro remédio é revigorar os órgãos digestivos através de uma alimentação moderada.

- **Lave o corpo** com água fria todas as manhãs.
- **Controle o apetite** – muitas pessoas perdem as melhores faculdades mentais devido à alimentação excessiva.
- **Dyspepticos perdem a memória** – pois a digestão inadequada afeta o funcionamento cerebral.
- **Evite tabaco**, seja fumado ou mascado.

Remédio para Reumatismo Periódico

Prepare o seguinte **linimento magnético**:

- 4 onças de óleo de amoníaco (*hartshorn*);
- 4 onças de óleo de macis e de lavanda;
- Misture tudo num preparado composto por:
    - 1 litro de álcool
    - Claras de 6 ovos bem batidas e misturadas.

Aplicação – Ao primeiro sinal de desconforto reumático, friccione vigorosamente as áreas afetadas à noite. Se possível, peça a um amigo que o massageie como faria com um cavalo de corrida após uma prova intensa.

Aplique o linimento em pequenas quantidades.

Se a dor for intensa, use a mistura duas ou três vezes ao dia e durma com roupa de flanela bem ajustada ao corpo.

Ciática e Nevralgia

A ciática é uma aflição do nervo **sacro-ciático**. A dor, a dificuldade de locomoção e outros sintomas podem ocorrer sem que haja um distúrbio nervoso generalizado.

Remédio – O tratamento mais eficaz consiste em **fricções diárias vigorosas** e magnetização da área afetada.

Quando a dor for intensa, aplique um **cataplasma de sal queimado e bicarbonato de sódio** (1 colher de chá de bicarbonato para 4 colheres de sopa de sal), misturado em farinha de milho e água suficiente para formar uma pasta.

Ataques de Indigestão

O que é chamado de "Doença da Queda" (*Falling Sickness*) pode, em alguns casos, ser causado por um tipo peculiar de indigestão. Neste caso, a doença torna-se sintomática das funções digestivas e pode ser controlada principalmente através dos nervos pneumogástricos.

REMEDIAR – Nunca coma fora de horas; nem entre as refeições; nem mesmo uma maçã ou alguns frutos secos. Não coma fruta ou bagas ao jantar.

Um sistema rígido de higiene deve ser imposto pela autoridade da sua vontade e razão.

Prepare a seguinte pasta:

- 1 onça de folhas pulverizadas de *stramonium*
- 2 onças de flor de enxofre
- 20 grãos de cantárida (*Spanish fly*, preparado medicinal) em pó
- 1 onça de limalha de ferro

- Um pequeno pedaço de resina de Borgonha

Misture os ingredientes em lume brando, mexendo constantemente. Coloque um quarto desta pasta magnética dentro de um pequeno saco de couro fino (*kid sack*) e use diretamente sobre o estômago. Deve ser renovado a cada seis semanas.

Este tratamento, combinado com a força de vontade e hábitos corretos, levará à cura.

Mais de metade da sua enfermidade resulta de uma estagnação periódica da nutrição nos intestinos delgados. O quilo não é absorvido corretamente pelo sistema mesentérico. Os nervos simpáticos e pneumogástricos enviam um "protesto" ao cérebro e à mente, buscando reconhecimento da sua disfunção e exigindo reparação. O efeito desta luta manifesta-se em um colapso paroxístico.

Causa das Convulsões Cerebrais

Em alguns casos, é possível identificar um estado doentio dos gânglios nervosos que se estendem ao longo da coluna vertebral. A parte superior da medula espinal, o **bulbo raquidiano**, apresenta um aumento, como se estivesse inflamado. Consequentemente, os nervos motores são perturbados, sendo o lado direito, por vezes, mais afetado do que o esquerdo, levando a uma tendência involuntária para girar ou rodopiar.

Como os nervos responsáveis pela visão, audição e paladar estão próximos da área afetada, é natural que esses sentidos fiquem progressivamente prejudicados.

REMEDIAR – Há duas formas de acesso ao foco do distúrbio: uma pelos nervos do estômago e outra pela coluna vertebral.

Aplique **cataplasmas de cebola crua** sobre o estômago diariamente. Além disso, uma pequena porção de cebola ralada ou macerada deve ser administrada de manhã e à noite, podendo ser misturada com melado para facilitar a ingestão.

O **tratamento magnético** aplicado com as mãos é eficaz para atingir a raiz do problema através da coluna. Deve ser realizado com dedicação.

O paciente deve manter sempre a cabeça numa posição ereta ou natural, o que pode ser alcançado com uma almofada de crina em volta do pescoço.

Tratamento para Convulsões Epiléticas

As crises de inconsciência resultam de uma estrangulação súbita da circulação nervosa, que pode ocorrer ao longo dos nervos pneumogástricos, entre o cérebro e a parte inferior do estômago.

REMEDIO – A filosofia da cura desta condição reside na remoção da tendência para estrangulamento arterial e consequente suspensão nervosa ao longo dos nervos simpáticos e pneumogástricos.

É essencial garantir uma **distribuição equilibrada das forças vitais**.

- Nunca ceda à tentação de comer ou beber em excesso.
- Quando sentir fome intensa, tenha cuidado! A própria Natureza pode estar a preparar-se para se reajustar por meio de um **choque epilético**.

Se este equilíbrio não for alcançado naturalmente, haverá um aumento progressivo do desajuste, resultando em **perda gradual de memória e declínio da capacidade intelectual, podendo levar à imbecilidade**.

A **prevenção precoce** desta condição é fundamental. Se a estrangulação nervosa for eliminada, **todos os sintomas desaparecem imediatamente** – o mesmo é válido para qualquer dor nervosa, cãibras, espasmos e paroxismos.

Nos casos mais avançados, o tratamento deve ser ajustado ao temperamento e ocupação do paciente.

- **Quando sentir sede**, beba apenas **leite de manteiga** (*buttermilk*), que pode ser ingerido livremente sempre que houver sensação intensa de fome.
- Todas as noites, use uma **compressa de losna triturada** ou *life-everlasting* ao redor da cintura.
- Durante o dia, use um pequeno saco de linho contendo **partes iguais de beladona em pó e ferrugem de ferro**, diretamente sobre o estômago.

Não tema o avanço da doença, pois a sua causa pode ser neutralizada através destes métodos.

Como a Força de Vontade Atua nos Centros Nervosos

Os fisiologistas ainda não conseguem determinar com precisão o estado exato das "baterias nervosas" localizadas na base do cérebro e na medula espinal.

Esses centros nervosos possuem uma coloração acinzentada e comunicam-se com os músculos através de fibras condutoras. A sua força de vontade pode, por meio destas baterias magnéticas, atingir e influenciar qualquer parte do seu corpo.

Experimente por alguns dias, seguindo as nossas recomendações, e perceberá que esta filosofia é verdadeira.

Uma paciente escreveu-nos relatando que a aplicação do método de "vontade ativa" ajudou a melhorar a sua surdez, mas observou que o esforço de "exercer a vontade", juntamente com as manipulações adequadas, a fazia adormecer.

Para evitar esse efeito e manter um estado de vigília mais ativo, recomendamos:

- Tomar um banho de pés em água morna enquanto pratica as manipulações e ativa a força de vontade.
- Isso induzirá um estado de alerta e trará outros benefícios.

O Evangelho da Autocura

Assim como a doença é o oposto da saúde, e a desarmonia o oposto da harmonia, a força da saúde e da harmonia é a mesma que mantém a doença.

Recomendamos, portanto, que pais e mães curem os seus filhos através da imposição de mãos – não com agressividade, mas com plena consciência de que o magnetismo saudável é o medicamento natural para todos os corpos doentes.

Os nervos transmitem doença ou saúde conforme são influenciados corretamente ou de forma errada.

A Confiança na Mãe Natureza

Pergunta – "Por que razão poetas, filósofos e cientistas, em geral, rejeitam a religião revelada?"

Resposta – As mentes que pensam independentemente, expandindo-se diariamente com a descoberta de novos factos, belezas e princípios, rapidamente percebem que Deus criou a Razão e, portanto, não teria feito uma revelação irracional para guiar a humanidade.

A revelação natural de Deus é universal – apropriada para o tolo e o filósofo, o hindu e o cristão.

Como Wordsworth disse:

"A Natureza nunca traiu"
"O coração que a amou"
"É seu privilégio, em todos os anos da vida"
"Guiar de alegria em alegria"
"Pois pode formar e elevar a mente"
"Com quietude, beleza e pensamentos sublimes"
"Contra as más línguas e os julgamentos apressados."

Coloque a sua confiança na Natureza, e será fortalecido.

O Pai e a Mãe Eterna escreveram as suas leis no nosso corpo.

Olhe para dentro e para cima. Leia apenas livros que tragam sabedoria prática. Não tente aprender demasiado rápido – pense, aja, desfrute.

Quantidade Adequada de Sono

O sono é de extrema importância para os nervosos e debilitados. Mas deve ser obtido à noite ou antes do almoço; nunca à tarde, nem em horários irregulares. Henry Ward Beecher afirmou sabiamente:

"Os homens variam quanto à necessidade de sono. Um homem nervoso pode passar com apenas cinco ou seis horas de sono, enquanto um homem fleumático pode precisar de oito a nove horas. A quantidade de sono de que um homem necessita depende do seu

temperamento. Parece estranho para alguns que os homens mais ativos sejam os que menos dormem. Os que trabalham mais rápido dormem mais rápido.

Um homem nervoso faz tudo rapidamente: vê rapidamente, ouve rapidamente, caminha rapidamente, trabalha rapidamente e dorme rapidamente. Ele faz o dobro do trabalho em uma hora do que um homem fleumático, e precisa apenas de metade do tempo para repor o seu descanso.

Cada um deve, pela sua própria experiência ou pelo conselho de um médico competente, determinar a quantidade de sono de que precisa e garantir que a obtém. Quem rouba ao seu corpo o sono necessário, rouba ao Senhor. Comete um roubo pelo qual Deus o punirá, sob a forma de sofrimento e envelhecimento prematuro."

Insónia - Causas e Cura

Conhecemos uma pessoa que sofre de uma impressionante insónia. Nenhum medicamento consegue fazê-la dormir naturalmente; nem mesmo a sonolência a atinge. Em desespero, ela exclama:

"Ó sono! Suave enfermeira da Natureza! Que fiz eu para te afugentar, que já não queres fechar-me as pálpebras e mergulhar os meus sentidos no esquecimento?"

Causa e Remédio – A causa da insónia está ligada ao estado do sistema ganglionar. Os centros vitais são temporariamente alterados, e a mente oscila no seu equilíbrio, como um planeta desalinhado da sua órbita em relação ao sol.

Assim, os remédios não devem ser opiáceos ou sedativos (como ópio, morfina, laudanum, *hasheesh* ou tabaco), pois estes vão contra o repouso natural dos gânglios simpáticos.

A insónia crónica pode ser reduzida comendo sopa de cebola duas a três vezes por semana.

Aqueles que possuem um espírito amoroso e harmonioso são, invariavelmente, os que dormem melhor. No entanto, os que dormem com mais profundidade são os que trabalham muito e pensam pouco.

Como Conseguir um Sono Reparador

Uma condição desequilibrada do cérebro e dos seus sistemas auxiliares pode causar uma sensação de "pressão excessiva" na cabeça, provocando fadiga mental e cansaço corporal ao despertar.

Remédio – Todas as noites, antes de dormir, peça a alguém para esfregar, friccionar e até bater levemente com as mãos na parte de trás da sua cabeça.

Ao deitar-se, faça várias respirações profundas.

Evite ler, pensar profundamente ou discutir temas excitantes após o anoitecer – isso não favorece a harmonia física.

A extrema sensibilidade, seja física ou mental, deve ser considerada um estado mórbido.

Maus Sonhos Todas as Noites

Conhecemos uma pessoa de espírito refinado e poético que sofre todas as noites com sonhos grotescos e desagradáveis. Esta condição não é incomum.

Remédio – Evite alimentos demasiado variados numa única refeição.

Na infância, certamente foi prejudicado por "expressões de carinho" na forma de doces, passas, nozes e bolos.

Sim, foi, caro paciente – não negue! Estes são os "espíritos malignos" que agora o atormentam nos sonhos.

Durma sempre com a cabeça voltada para o Polo Norte e habitue-se a dormir sobre o lado direito.

Não coma ou beba nada depois das 19h00.

Golpe de Calor (*Coup de Soleil*) ou Insolação

Esta condição é causada pela exposição prolongada ao sol. Trata-se de uma forma de apoplexia, que afeta principalmente pessoas com problemas digestivos, biliosas ou de hábitos intemperantes. A febre cerebral que se segue a uma insolação pode ser perigosa.

Prevenção – Melhor prevenir do que remediar.

A experiência demonstrou que soldados em climas quentes precisam de proteção contra insolação, pois esta pode ser tão fatal quanto o fogo inimigo.

Durante campanhas militares na Índia e na Crimeia, os oficiais britânicos protegeram os soldados com coberturas de linho branco para os chapéus, que refletiam o calor em vez de o absorver.

Trabalhadores rurais e cocheiros, bem como qualquer pessoa exposta ao sol intenso no verão, podem evitar insolação usando um lenço molhado dentro do chapéu.

Para aqueles cujas cabeças doem ao sol, esta é a melhor solução.

Certifique-se de que o chapéu tem dois ou três pequenos furos no topo, para ventilação.

Causas das Hemorróidas

Mais de dois terços dos doentes que nos escrevem pedindo prescrições sofrem de problemas hemorrágicos, popularmente conhecidos como "piles".

Os fisiologistas afirmam que as hemorróidas são causadas pela dilatação dos vasos sanguíneos na parede do reto, o que resulta em:

1. Hemorróidas cegas – engrossamento ou inchaço das membranas e vasos dentro do reto.

2. Hemorróidas mucosas – secreção de muco, muitas vezes confundida com úlceras.
3. Hemorróidas hemorrágicas – acompanhadas de dor e sangramento.
4. Hemorróidas excrescentes – crescimento de tumores carnudos na parede superior do reto.

Contudo, percebemos que a verdadeira causa está no cérebro, centro de toda a energia corporal.

As hemorróidas resultam de um desequilíbrio nervoso, afetando a circulação sanguínea e manifestando-se onde o corpo for mais fraco.

Podem surgir devido a:

- Ansiedade, sofrimento ou excitação emocional prolongada.
- Gravidez e parto.
- O hábito de ler jornais ou livros na casa de banho – um costume perigoso e pouco higiênico.

As veias, sendo a parte negativa do sistema circulatório, são as primeiras a sofrer com perturbações mentais.

Remédio para Hemorróidas

Cada escola de medicina trata esta condição de forma diferente, mas o problema persiste na civilização.

Regras fundamentais:

1. Nunca force o movimento intestinal.
2. Trate a obstipação naturalmente, seguindo as regras já recomendadas.
3. Não distraia a mente na casa de banho – concentre-se na função.
4. Mantenha horários regulares.
5. Se os vasos saírem pelo ânus, recoloque-os imediatamente no lugar.

Se deixados fora por dias, podem endurecer e ulcerar, exigindo cirurgia.

Pomadas e unguentos apenas aliviam temporariamente e podem até inflamar as membranas internas.

Os melhores tratamentos paliativos incluem:

- Dieta equilibrada.
- Banhos frequentes.
- Lavagens intestinais com água fria.

Curiosamente, algumas pessoas curaram-se carregando uma castanha-da-índia no bolso das calças.

Embora possa parecer superstição, a composição química da castanha-da-índia tem propriedades que reduzem o inchaço venoso.

Sugerimos esta experiência aos nossos pacientes. Se funcionar para si, conte-nos o resultado!

A Mente Durante o Sono

Pergunta:
"Acredita que a mente, durante o sono, é independente do corpo? Se sim, vagueia ela pelo Mundo Espiritual? Se assim for, por que razão os espíritos parecem ser apanhados de surpresa quando morrem aqui e, ao despertar, encontram-se num lugar desconhecido?"

Explicação:
A nossa resposta deve ser breve, pois o tema já foi abordado no terceiro volume da *Harmonia*.

Apesar de todas as nossas investigações no reino da mente, não conhecemos nenhum caso em que o espírito tenha escapado do corpo, exceto através do pensamento, da ideia ou da consciência, até ao momento da dissolução final.

No entanto, por meio da ideia, do sentimento ou da clarividência, a aparente libertação e independência do espírito podem ser suficientemente convincentes para impressionar tanto o sujeito como o observador, levando-os a uma certeza absoluta.

Sustivemos esta crença durante quase três anos.

A filosofia da mente é semelhante à de um rio de água pura e eterna. O espírito humano é uma substância composta por todas as essências e princípios divinos. A consciência é um efeito do movimento, tal como as ondas da água resultam de alguma força perturbadora.

Se a substância da mente estiver parada durante o sono, então, necessariamente, será inconsciente.

Se, pelo contrário, estiver em movimento, será, por necessidade, consciente e sonhadora. Pode mesmo elevar-se a um estado de clarividência, de tal forma que, através da visão (e até dos outros sentidos espirituais), a mente pode expandir a sua personalidade e consciência para novos cenários e associações.

Os Poderes Voluntários do Homem

A nossa filosofia ensina que o homem, começando a sua vida terrena como um ser automático, alcançará, quando completamente desenvolvido nos centros ocultos do espírito, um estado totalmente voluntário.

Nesse momento, unicamente pelo poder da sua vontade livre e ilimitada, poderá dirigir ou retirar forças vitais de qualquer parte do seu organismo.

Dessa forma, acreditamos que o homem poderá curar-se a si próprio quando doente e proteger o seu corpo contra epidemias e doenças contagiosas.

Em suma, o homem está destinado a triunfar sobre todos os seus inimigos.

Os médicos zombam dessa ideia.

"Rejeito essa doutrina," diz um deles, *"porque os poderes voluntários da mente estão fixados dentro de certos limites bem definidos e imutáveis."*

Respondemos que nenhum fisiologista inteligente pode delimitar os domínios da mente sem um conhecimento sólido da psicologia – um campo de estudo ainda pouco explorado pelos melhores estudiosos da medicina.

O homem é imensuravelmente superior a qualquer peixe, ave ou animal, e possui poderes superiores a todos os seres inferiores a ele.

Apenas para ilustrar:

- O *chamois* (cabra-das-montanhas) pode correr a 200 km/h.
- A avestruz ultrapassa em velocidade o cavalo mais veloz.
- Alguns peixes parecem voar dentro de água.
- Certas aves voam contra os ventos adversos a velocidades superiores a 200 km/h, o que significa que, se mantivessem um curso fixo, poderiam dar a volta ao mundo mais rapidamente do que um navio cruza o Atlântico.
- A força de impacto de uma baleia no oceano é superior à de um canhão.
- O gorila pode bater no próprio peito com tanta força que o som é ouvido a meio quilómetro de distância.
- Alguns animais musculosos, como o búfalo, conseguem mergulhar 10 a 20 metros debaixo de água.

Todos esses feitos resultam da força voluntária dos seus cérebros.

Se os animais conseguem tais façanhas, não será o homem destinado a muito mais?

Acreditamos que sim. Ainda duvida, leitor?

Álcool Puro como Medicamento

Um correspondente pergunta sobre os efeitos do álcool puro no organismo escrofuloso, especialmente como remédio para problemas cerebrais causados por um humor hereditário e agravado por uma condição hepática doentia.

Resposta:
O corpo humano não consegue assimilar o álcool puro.

Mesmo anos depois de ingerido, ele ainda pode ser encontrado nos fluidos do cérebro e na mesma forma em que foi consumido.

Se o sangue aceitasse o álcool como componente ou se os tecidos do corpo conseguissem convertê-lo para uso fisiológico, então talvez ele pudesse ser um remédio útil.

Mas isso é impossível.

O organismo, sob o comando do cérebro, rejeita o álcool, dizendo-lhe:

"Monstro! Fica fora do templo!"

Ainda assim, sabemos que, em certas condições do cérebro e do sistema nervoso, o álcool, em forma modificada, pode ser um dos melhores remédios ao alcance do homem.

- Venenos de cobras e certos tipos de loucura podem ser neutralizados pelo álcool, devido às suas propriedades contra-irritantes.

Mas ninguém deve esperar uma mente mais lúcida, uma digestão melhor ou um fígado mais ativo através do consumo de bebidas alcoólicas.

O Algodão nas Roupas

O melhor tecido para a saúde é uma mistura de linho e lã.

A seda é um material de terceira categoria para vestuário.

Deveria sempre ser misturada com linho ou lã para respeitar as leis fisiológicas.

- O algodão é uma substância neutra e passiva sobre o corpo.
- O linho é eletricamente ativo.
- A lã é poderosamente magnética.
- A seda, sendo um isolante da vida e da vitalidade, tende a esgotar o corpo através das suas forças nervosas.

Portanto, as meias, roupas de baixo e vestuário de contacto com a pele devem ser feitos de linho e lã misturados.

Efeito dos Vestidos de Seda

Uma senhora pergunta:
"Que efeito tem o uso de vestidos de seda sobre nós, mulheres?"

Resposta:
O uso de "vestidos de seda" pode ter diversos efeitos físicos e psicológicos.

Casos documentados mostram que vestidos de seda muito apertados na zona do diafragma podem causar sofrimento crónico intenso.

Além disso, o preço dos vestidos de seda tem causado grandes desequilíbrios financeiros em muitas famílias respeitáveis.

Socialmente, o arrastar de vestidos de seda sobre ruas sujas de tabaco tem gerado uma nova doença psicológica chamada "desgosto" entre as pessoas sensatas.

Em jovens mulheres, o hábito de vestir seda frequentemente desenvolve:

- Um sentimento de isolamento.
- Uma superioridade artificial em relação aos menos afortunados.
- Orgulho, necessidade de aprovação e uma certa vaidade superficial.

Fisiologicamente, a seda não afeta muito a saúde, a menos que a mulher seja nervosa e sonhadora – nesse caso, a seda é demasiado elétrica para o bem-estar.

Cura para Melancolia e Mesquinhez

Um correspondente escreve o seguinte:
"Ficaria muito grato por um remédio para o seguinte problema: lentidão mental; incapacidade de estudar muito sem ficar sonolento; pensamentos confusos; alguma melancolia e, talvez, alguma mesquinhez."

Remédio — Será necessário, antes de mais, lavar o corpo todas as manhãs com água fria. Em seguida, não coma nada de origem animal ao pequeno-almoço – nem mesmo uma migalha de manteiga, nem beba uma colher de leite.

Depois, no dia em que deseja ler e meditar, coma um almoço leve. Nunca tente ler ou pensar logo após uma refeição farta.

De seguida, escolha um assunto específico e concentre a sua Vontade nele, mantendo o pensamento firme enquanto a sua Vontade for positiva.

Para combater a mesquinhez, faça bastante exercício e pense no *Mundo do Verão*. Regule a sua vida diária com amor fraternal, justiça para com o próximo e os princípios da Liberdade sem entraves.

Gengivas em Decomposição e Dentes Soltos

Existe uma preparação eficaz para restaurar gengivas debilitadas:

- Casca de carvalho branco, pulverizada, 30g.
- Goma de cânfora, 30g.
- Folhas de lobélia, 7g.

Misture tudo e deixe em infusão durante uma semana num copo de aguardente de sidra envelhecida.

Lave os dentes e gengivas com sabão puro usando uma escova macia e depois sature as gengivas com a tintura filtrada.

Este processo deve ser repetido imediatamente após cada refeição.

Dica importante: respire pelo nariz sempre que possível, pois o ar frio que passa diretamente sobre os dentes e gengivas acelera a sua decomposição.

Inchaço da Glândula Tiróide

Um aumento da glândula tiróide sem inflamação é chamado *bócio*.

Nos estágios iniciais, este inchaço pode ser tratado com o uso perseverante de uma bateria eletromagnética, em combinação com magnetismo manual.

Se o inchaço persistir por muito tempo e se tornar mais firme e rígido, envolvendo os gânglios linfáticos do pescoço, o magnetismo perde eficácia.

O iodo foi usado durante muito tempo como tratamento interno, mas sem grandes benefícios e, muitas vezes, com efeitos colaterais.

Nos casos avançados, recomenda-se a aplicação frequente das mãos de um magnetizador.

Caso o endurecimento já tenha ocorrido, a absorção só será possível com uso constante de magnetismo humano e banhos ocasionais da zona afetada com óleo de cajeput misturado com clorofórmio e rum de louro.

Medicina para Escrofulose e Erisipela

Nenhum doente deve esperar cura milagrosa.

"*Expiações vicárias*" são uma teoria perigosa e uma prática impossível.

Cada pessoa deve merecer individualmente a posse de toda a saúde e bem-estar.

Se deseja curar-se de doenças eruptivas como sarna, eczema, reumatismo salino, etc., os seus hábitos alimentares devem ser justos e equilibrados.

Os constituintes cancerosos e escrofulosos devem ter máximo cuidado com os alimentos sólidos e líquidos que consomem.

Bebida medicinal para indivíduos escrofulosos:

- Dittany-das-montanhas, raiz de dock amarelo, raiz de elecampane e raiz de consólida (225g cada).
- Casca de pinheiro-branco, casca de cerejeira-brava e casca de nogueira-brava (140g cada).
- Cavaco de guáiaco, raiz de íris azul e raiz de alcaçuz (60g cada).

Pique e misture todos os ingredientes e deixe em infusão durante uma semana em 3 litros de aguardente.

Depois, coe a aguardente e adicione 12 litros de água. Deixe a mistura cozinhar lentamente durante um dia inteiro.

Depois, acrescente mais 12 litros de água e ferva rapidamente até reduzir para 4 litros.

Coe novamente e, quando estiver totalmente frio, adicione:

- 15ml de tintura de ferro muriático
- Aguardente francesa (1 litro)

Esta preparação pode ser usada como vinho, diluída em água e adoçada a gosto.

Deve ser consumida durante pelo menos um ano (com pausas ocasionais).

Uso de Enxofre para a Sarna

A sarna tem sido substituída por doenças cutâneas como a erisipela.

Desde 1812, descobriu-se que a sarna é causada por um microscópico parasita que se enterra na pele.

Foi testado que o parasita da sarna:

- Sobrevive 4 horas na água.
- Morre em 20 minutos no vinagre.
- Morre instantaneamente na creosota.
- Falece em 24 horas quando colocado sobre enxofre em pó.

Portanto, o enxofre é o remédio mais seguro e eficaz para essa condição.

No entanto, o parasita é um efeito e não a causa principal da doença.

Cura para Prurido Crónico (Prurigo Pruritis)

Nos casos de erupções populosas, a pele superficial torna-se doente e sensível.

Se não for tratada na juventude, pode tornar-se crónica.

Remédio: Misture partes iguais de:

- Óleo de terebintina
- Óleo de sassafrás
- Óleo de amêndoas doces

Adicione álcool suficiente para misturar os óleos e friccione a pele com a solução.

Se a ardência for muito intensa, aplique uma camada fina de creme de leite por cima.

Evite o uso excessivo de sal na dieta.

Erupção Nervosa (Rash Nervoso)

Uma paciente relata:

"Há cerca de oito anos, sofro de uma erupção cutânea intensa sempre que fico quente ou emocionada. A minha cabeça lateja, o meu rosto incha e os sintomas duram cerca de 10 minutos, deixando-me a tremer."

Remédio:

- Raiz de valeriana (15g)
- Extrato de dente-de-leão (30g)
- Pimenta-de-caiena (5g)
- Casca de canela (1 colher de chá)

Misture tudo e deixe em infusão durante 10 dias em 250ml de álcool puro. Depois, adicione 500ml de água pura.

Dose:
30 gotas em um copo pequeno de água logo após o ataque ou quando sentir os calafrios.

Evite alimentos salgados e líquidos em excesso.

Pequenas Bolhas Brancas em Crianças

Crianças afetadas por qualquer forma de erisipela, arranhões, bolhas brancas, feridas ou inchaços escrofulosos nunca devem dormir juntas, nem com uma criança saudável e, certamente, nunca com adultos.

O magnetismo de um cão spaniel ou de um vira-lata de porte médio é benéfico para crianças com essas doenças.

Por isso, seria vantajoso dar a uma criança escrofulosa um cão de companhia para dormir (mas não um poodle ou um King Charles Spaniel).

Além disso, uma pele de gato fresca (sem o gato) enfaixada sobre o inchaço branco, ou um pedaço de carne fresca aplicado todas as noites sobre um tumor escrofuloso ou abscesso, dissipará eficazmente os vapores tóxicos e ajudará parcialmente a restaurar as condições de saúde.

A dieta adequada e o magnetismo das mãos são os próximos melhores remédios.

Um Vírus Desenvolvido por um Arranhão

Após uma inspeção minuciosa, tornou-se evidente, no caso de uma jovem mulher, que, devido a um ferimento acidental causado por um espinho na região do nervo superior do pé, um vírus escrofuloso e neuralgico havia se espalhado (ou melhor, sido ativado) por todo o seu sistema.

Às vezes, acontece que um simples arranhão de alfinete ou uma picada de agulha – inicialmente insignificante – pode dar origem a anos de desarmonia e sofrimento.

Você sabe como uma pequena alteração no tom da nota-mestra pode desafinar todas as cordas do mais fino e caro instrumento musical – ou como um pequeno dano nos mecanismos de um cronômetro perfeitamente fabricado – mesmo um grão de areia preso nas engrenagens de seu relógio – pode desajustar seus movimentos, tirando-o da perfeita sincronia com a marcha silenciosa do Tempo.

Ó homem! Ó mulher!
Curvem-se e louvem a Sabedoria Divina – os grandes, belos e graciosamente operantes Princípios do Universo, dos quais emanou, com amor, a "terrível e maravilhosa" dinâmica da existência individual.

Melhor Tratamento para Remover o Vírus Nervoso

1. Banho de vapor completo uma ou duas vezes por semana, de preferência ao meio-dia.
2. Alimentação no dia do banho: apenas mingau ou papa.
3. Ocasionalmente, banhar o local do ferimento (e todas as partes afetadas do membro) com uma solução fraca de amônia e um pouco de clorofórmio.
4. Evitar alimentos salgados.
5. Praticar exercícios ao ar livre regularmente.

Cura para Sarna e Eczemas

Recebemos mais de cem solicitações de pessoas que sofrem de várias doenças eruptivas, como sarna, eczema, erupções cutâneas, micose do barbeiro e reumatismo salino da pele.

Remédio Geral:

1. Não consuma carne suína em nenhuma forma.
2. Evite completamente alimentos salgados e pimenta-do-reino.
3. Sopas são benéficas, mas molhos e caldos gordurosos são prejudiciais.
4. Não coma manteiga depois do café da manhã.
5. Beba bastante leite de manteiga (buttermilk).
6. Banhe as áreas afetadas com a seguinte mistura:

- Meio litro de azeite de oliva.
- Duas onças de óleo de hortelã-verde.
- Uma colher de chá de óleo bruto de terebintina.
- Dez grãos de amoníaco (hartshorn).
- Claras de seis ovos, bem batidas e misturadas.

→ Mexa bem antes de aplicar na pele irritada.

Pitiríase (Erupção Vermelha e Áspera)

A pele, inicialmente, fica apenas vermelha e áspera, mas, com o tempo, começa a descamar e formar uma superfície seca e escamosa. À medida que as escamas se formam e se soltam repetidamente, a descamação se torna rápida e incômoda.

Remédio:

1. Pegue partes iguais de hamamélis (Hamamelis Virginica) e casca de nogueira-cinzenta (Juglans Cineria).
2. Ferva essas ervas com banha fresca até obter a consistência de uma pomada.
3. Use essa pomada uma vez ao dia.
4. Consuma muitos tomates.
5. Evite alimentos de origem animal.
6. Abstenha-se completamente de sal.

Causa e Cura das Sardas

Os cientistas deram o nome de ephelis às sardas, e com razão, pois está claramente demonstrado que, como o nome sugere, os raios diretos do sol causam sardas, manchas marrons grandes e outras marcas escuras na pele de pessoas com certos tipos de pele e que não estão em perfeita saúde.

De forma peculiar, a pele sofre um processo de oxidação em certas áreas, e essas manchas oxidadas são as sardas — ephelis, como sabiamente as denominaram os antigos.

Remédio:

1. Mistura de fósforo e ácido acético:
    - 12 grãos de fósforo.
    - 1 onça de ácido acético.
    - Primeiro, dissolva o fósforo em uma pequena quantidade de azeite de oliva.
    - Depois, adicione o ácido acético.

- Armazene essa mistura em um frasco bem vedado.

2. Modo de Aplicação:
    - Antes de aplicar, passe uma leve camada de leite na pele.
    - Aplique então a preparação com cuidado.
    - Evite ao máximo o contato com boca e olhos.
    - Evite exposição imediata ao sol após a aplicação.
    - Uma aplicação por dia é suficiente.

Rosto, Mãos e Lábios Rachados

Os farmacêuticos cobram entre vinte e cinco a cinquenta centavos por uma preparação com cânfora, que pode ser feita pelo próprio leitor gastando poucos centavos e com um pouco de esforço.

No tempo frio, especialmente em estações ventosas, a pele delicada dos lábios de pessoas com a saúde debilitada pode rachar e sangrar, e as mãos dos trabalhadores ao ar livre podem ficar ásperas e doloridas. Portanto, é sempre aconselhável ter um remédio acessível para esses casos.

Remédio:

1. Pegue quantidades iguais (em peso) de sebo de carneiro fresco e goma de cânfora.
2. Coloque em um recipiente de metal, aqueça em fogo moderado e deixe derreter e se misturar completamente.
3. Mexa bem para garantir que os ingredientes se misturem de maneira homogênea.
4. Essa preparação pode ser chamada de "gelo de cânfora", "bolo de cânfora", "bola de cânfora" ou "armandina", ou qualquer outro nome elaborado ou quimicamente misterioso.
5. Armazene em um pote de fácil acesso e use quantas vezes forem necessárias nas áreas ressecadas.

Cicatriz no Rosto

Não identificamos nenhum remédio eficaz para remover completamente a cicatriz em seu rosto. É melhor se alegrar por não ser uma doença e, com esse pensamento positivo, esquecer a marca pelo resto da vida.

Na próxima vez que você nascer, suas feições serão renovadas, sem qualquer mancha ou imperfeição terrena. Muitos aguardam pacientemente essa herança.

Entretanto, a verdadeira beleza não está apenas na aparência física, mas vem de afetos espirituais puros e estados de harmonia mental. Quando essas qualidades estão presentes

no coração e na mente, até mesmo uma face desfigurada adquire uma luz própria e a graça da beleza.

Por outro lado, sem esses elementos internos, até mesmo a aparência mais atraente lentamente se deteriora e se transforma em algo disforme.

Além disso, as mutilações voluntárias deveriam ser evitadas. O perigo das tatuagens, tão comuns entre marinheiros, foi alertado em um relatório do Inspetor Geral de Saúde da Marinha Francesa. O estudo revelou que a perda de um braço e até a morte já ocorreram como resultado dessas práticas, além de inúmeros outros incidentes menores.

Por essa razão, as autoridades alertam os marinheiros para que evitem essa prática arriscada.

Câncer Curado com Ácido Nitro-Muriático

Um joalheiro, que possuía uma grave espinha cancerosa na bochecha, ao dissolver ouro em ácido nitro-muriático, esfregou acidentalmente a solução no rosto com os dedos impregnados da substância.

Para sua surpresa, a lesão mudou rapidamente de aparência e, pouco depois, desapareceu por completo.

O Dr. Recamier, suspeitando que o ácido tivesse sido o agente da cura, realizou diversos experimentos usando a mesma mistura e obteve sucesso uniforme em seus testes.

Dessa forma, por mero acaso, ele descobriu um novo cáustico para tratar afecções cancerosas.

Fórmula do tratamento:

- 1 onça (aproximadamente 28g) de ácido nitro-muriático.
- 6 grãos de cloreto de ouro.

Este método pode servir como uma alternativa promissora no tratamento de lesões cancerosas.

Confissões de um Médico Especialista em Câncer

A maioria dos emplastros vegetais utilizados para tratar cânceres deve sua eficácia a substâncias minerais.

- Um desses emplastros contém arsênico e enxofre, misturados com folhas em pó de crow-foot (espécie de erva) e claras de ovos.
- Outro é composto por arsênico e extrato de conium.
- Há também um à base de sulfato de zinco e extrato de raiz-de-sangue (blood-root).
- Outro contém cloreto de zinco e raiz-de-sangue.

- Um quinto é feito apenas de potassa fervida até se transformar em um emplastro.
- Existe ainda um unguento obtido pela evaporação da infusão alcoólica de ervas como bitter-sweet, estramônio, conium, beladona, yellow-dock e poke, misturada com manteiga fresca para formar um creme.

As raízes de poke e yellow-dock também são utilizadas separadamente.

Um dos pós mais famosos para tratamento de câncer é composto por arsênico, carvão e cinábrio.

O acetato de cobre misturado com extratos vegetais também é empregado.

Atualmente, o cloreto de zinco é o remédio mais utilizado e, geralmente, é misturado ao extrato de raiz-de-sangue.

Muitos tumores e úlceras resistentes foram curados com os métodos mencionados, embora nem todos os casos tratados com esses remédios fossem, de fato, cânceres malignos.

O cloreto de zinco, em especial, é usado para matar tumores e fazê-los se desprenderem do corpo, prática que já vem sendo aplicada há cem anos.

A Natureza e a Cura da Escarlatina

Várias mães enviaram cartas pedindo remédios para curar seus filhos da escarlatina.

Essa doença, às vezes chamada de "Scarlatina", vem do latim *scarlatto* (significando vermelho profundo) e é um tipo de contágio sazonal comum na infância.

Outras doenças infantis, como sarampo, caxumba e catapora, podem ser evitadas. Elas surgem principalmente devido à acumulação de toxinas e vapores no sangue, consequência de uma dieta estimulante durante o inverno, sem ajustes alimentares apropriados para a mudança de estação.

Sintomas:

- Inchaço no rosto
- Eritema escarlate (manchas vermelhas na pele)
- Náusea e vômitos
- Febre com ondas de calor
- Cansaço extremo
- Pulso fraco e dificuldades para respirar

Prevenção:

Para evitar a escarlatina, é essencial reduzir a quantidade e a intensidade dos alimentos consumidos pelas crianças durante os 40 dias de transição do inverno para a primavera.

De final de fevereiro até meados de abril, é fundamental monitorar rigorosamente a alimentação das crianças.

Permitido com moderação:
Peixes frescos (ocasionalmente)
Leite, manteiga e molhos (com moderação)

Alimentos proibidos:
Nenhum tipo de carne
Tortas e alimentos gordurosos

Nozes oleosas e pesadas

Tratamento:

Se a criança já estiver doente e apresentar sinais de dor de garganta grave, não perca tempo!

1. Administre injeções de água morna (lavagem intestinal) duas a três vezes no primeiro dia.
2. Suspenda toda alimentação e garanta que o paciente receba cuidados imediatos para transmitir segurança e tranquilidade.
3. Banhe os braços e as pernas da criança em água quente com mostarda.
4. Envolva-os em flanelas macias e mantenha-os bem aquecidos.

Esse procedimento deve ser feito pelo menos uma vez ao dia e duas vezes se os sintomas forem intensos.

Essa abordagem ajuda a aliviar a inflamação na garganta e a restaurar o equilíbrio energético no corpo.

Caso a doença esteja progredindo para difteria ou sintomas mais graves, aplique compressas de bife cru ao redor do pescoço.

Troque as compressas sempre que ficarem secas devido ao calor da febre.

Esse método, combinado com os remédios homeopáticos usuais, quase sempre salvará o paciente.

Após as lavagens intestinais, esfregue e segure as mãos e os pés da criança para estimular a circulação.

Mantenha os médicos alopatas antigos fora da casa!
O mesmo vale para ministros de teologia antiquada!

Origem e Filosofia das Febres

Um estado positivo do sangue é uma proteção perfeita contra febres de qualquer tipo.

A febre é adquirida pela respiração: os pulmões absorvem vapores contaminados, que envenenam o sangue. Como resultado, o corpo entra em um estado negativo e frio, fazendo com que o calor vital escape rapidamente para a superfície da pele.

O pesquisador M. Roy descobriu que a febre comum na Argélia se deve ao fato de que, em regiões com rochas vulcânicas e primitivas, o solo contém fósforo. Esse elemento, quando exposto ao orvalho e à umidade, reage com a amônia presente no ar e difunde suas propriedades nocivas na atmosfera, causando febres.

Para testar essa teoria, ele recriou artificialmente essa atmosfera e, ao inalar o ar contaminado, desenvolveu todos os sintomas da febre africana.

Febre Contínua e Exaustiva

Os sinais de uma febre baixa e persistente, em estado tifoide, incluem:
Náusea e sensação de desmaio
Pele quente e seca
Dores de cabeça frequentes
Dores nos ossos e fadiga nos membros
Língua seca pela manhã, coberta por uma camada branca
Fraqueza e tremores ao caminhar
Intestinos presos ou levemente soltos

Remédio

Para essa condição, não há nada melhor do que um banho de vapor diário e operações magnéticas em todo o corpo.

Evite comer qualquer coisa depois do jantar.

Para o almoço, recomenda-se:

Mingau ou papa feita de fubá de milho e farinha Graham, ou arroz em partes iguais, bem cozidos em água.

> Alimentos proibidos: leite, açúcar, carnes salgadas, peixes, queijos, bolos, tortas, pudins e afins.

O corpo precisa de energia para combater a febre!

Assim que os sintomas de náusea, fraqueza e tremores começarem a melhorar, o apetite deve ditar a dieta.

Beber meio copo de chá de raiz branca ou raiz de pleurisia a cada dois dias.

Seja otimista! A cura está próxima.

Doenças dos Olhos

Agora, abordaremos um tipo específico de fraqueza ocular, muito comum.

Olhos afetados por essa condição apresentam uma debilidade fixa nas membranas posteriores e nas artérias ciliares.

O revestimento nervoso da parte posterior do olho é fraco e aquoso.

Os processos ciliares (tanto os nervosos quanto os vasculares) perdem magnetismo e poder.

O pigmentum nigrum (matéria marrom e negra dos olhos) é mal formado e secretado lentamente.

Como resultado, os olhos não conseguem refletir ou absorver a luz corretamente, levando a inflamações ocultas e fraqueza na leitura.

Nenhuma doença nos ligamentos foi detectada.
A membrana coróide está intacta.
O nervo óptico e o organismo, de modo geral, estão saudáveis.

Causas e Sintomas

Em vez de longas explicações, resumimos a causa da fraqueza ocular comum:

A perda de magnetismo vital dos processos ciliares.

Uma possível causa inicial pode ser exposição prolongada ao sol, como ao observar um eclipse.

Nenhuma dieta ou bons hábitos são suficientes para eliminar completamente essa condição.

Remédio

Os tratamentos tradicionais não conseguem atingir as partes afetadas do olho.

O único método eficaz é magnético.

O equilíbrio deve ser restaurado através da mão humana e, se possível, com bateria eletromagnética.

Casos mais graves podem exigir um médium inspirado por espíritos indígenas para conduzir o tratamento.

Passos do Tratamento

1 Aplicação do polo negativo atrás das orelhas, alternadamente.
2 Colocar o polo positivo dentro de uma tigela de água, onde a parte superior do rosto do paciente deve ser mergulhada.
3 Repetir por 20 minutos todas as noites.

Alternativa para Quem Não Tem Bateria Eletromagnética

Se não for possível usar a bateria, siga este método:

1 Massageie completamente o rosto, pescoço e testa.
2 Aplique uma bandagem atrás das orelhas, contendo:

Clara de ovo

Pequena quantidade de cal virgem em pó

Óxido negro de manganês (espalhado por cima)

Em caso de inflamação intensa nas pálpebras, umedeça a bandagem com ácido sulfúrico diluído.

Preparar uma nova mistura todos os dias (ou com mais frequência, se necessário).

Este remédio semimagnético só funciona quando combinado com manipulação humana.

Se possível, obtenha a ajuda de um médium curador para acelerar a recuperação!

Recomendações Finais

A digestão ruim pode atrapalhar a cura dos olhos!

Coma apenas o necessário para manter-se saudável (não apenas o que deseja).
Apenas os bons são verdadeiramente livres!
"O caminho do transgressor é difícil" – cuide-se e a cura virá.

Olhos Cronicamente Doloridos e Fracos

Siga a higiene e as leis gerais de saúde prescritas para a cura de doenças eruptivas. Aplique **água fria na parte de trás do pescoço e atrás das orelhas todas as manhãs**. Faça isso **cuidadosamente primeiro** e depois lave o rosto como de costume. **Manipulações nas têmporas são muito úteis**, especialmente ao deitar-se para dormir.

Além disso, mas sempre **depois de remover toda a umidade causada pela ablução matinal**, **banhe e sature os olhos com quatro colheres de sopa de leite doce**, no qual se deve **despejar meia colher de chá de láudano**.

Esse tratamento também **servirá para olhos fracos e lacrimejantes**, com a seguinte exceção: **deve-se substituir o leite doce por água morna**.

Visão Embaçada ou Turva

Em todos os casos de doença ocular, o paciente não deve consumir alimentos salgados, nem saleratus (bicarbonato de potássio) em nenhuma forma junto à alimentação diária, pois ambos são irritantes tóxicos para todas as membranas delicadas e para o fígado.

Se houver desejo por sal, o mais sábio é colocar uma pequena quantidade na língua para aliviar o desejo, mas não engolir a saliva salgada ou alcalinizada.

Muitas doenças oculares, que começaram com inflamação, podem ser curadas por hábitos alimentares sem sal e sem saleratus.

Evite completamente:

- Pães salgados
- Manteiga
- Carnes salgadas de qualquer tipo

Não consuma peixe fresco, pois não será palatável durante este tratamento.
Pode consumir:

- Ovos
- Frutas cozidas
- Vegetais cozidos

Além dessas regras, aplique magnetismo humano da cabeça aos pés.

Um corpo humano doente deve ser esfregado e tratado manualmente, de maneira semelhante ao cuidado dado aos cavalos valiosos por seus tratadores.

Muitas pessoas seriam extremamente gratas por um tratamento tão gentil e atencioso quanto aquele concedido a um trotador de corrida caro no estábulo.

Prepare um chá de raiz-de-sangue (*Sanguinaria canadensis*) e banhe os olhos com ele duas a três vezes ao dia.

Oftalmia, ou Inflamação do Olho

Essa inflamação dolorosa do olho geralmente é causada por vento frio, poeira ou alguma irritação externa.

Os sintomas geralmente começam com a aparência de uma rede de vasos sanguíneos em alguma parte da conjuntiva do globo ocular ou das pálpebras.

As pálpebras tornam-se inchadas e sensíveis.
A vermelhidão se espalha por toda a conjuntiva.
Há aumento na secreção de lágrimas e intolerância à luz.
A dor é constante e há sensação de partículas finas de areia sob a pálpebra, acompanhada de calor intenso e dor aguda.
Durante a noite, uma matéria pegajosa é segregada, fazendo com que as pálpebras fiquem fortemente grudadas.

Remédio

Não é incomum que a doença comece em um olho e, em um ou dois dias, atinja o outro.

Os casos leves de oftalmite conjuntival geralmente se resolvem sozinhos em poucos dias ou são eliminados por meio de:
Um purgante

Jejum da dieta habitual
Permanência em um ambiente escuro

Os melhores tratamentos locais incluem:
Uma decocção morna ou filtrada de folhas de papoula
Uma dracma fluida (*one fluid drachm*) de tintura de ópio em oito onças fluidas de água destilada

Os olhos devem ser bem limpos da matéria pegajosa usando leite morno e água.

Paralisia e Cegueira Total

A cegueira, por vezes, é sintomática — um resultado, através do sistema involuntário, de sofrimento físico — envolvendo a camada média do cérebro.

Que o nervo óptico está, de alguma forma, paralisado, ninguém que conheça a estrutura do olho pode duvidar; mas esse fato fisiológico não impede a aplicação eficaz de influências restauradoras.

Remédio — Ao levantar-se todas as manhãs, mantenha a cabeça abaixada para que um assistente possa despejar, de uma altura de três a quatro pés, cerca de um litro ou mais de água fria de forma constante na parte de trás do pescoço, atrás das orelhas e na porção inferior do cérebro.

Esse procedimento deve ser continuado até que uma erupção ou furúnculos surjam na área tratada, ou até que os olhos comecem a apresentar maior sensibilidade à luz solar.

Nesse ponto, é recomendável iniciar a aplicação periódica do magnetismo manual por meio de manipulações no pescoço, têmporas, olhos e parte inferior do cérebro, incluindo rosto e ombros.

Visão Oblíqua

A capacidade de enxergar pode ser boa, e ainda assim é possível apresentar visão oblíqua.

O alívio oferecido por meios artificiais é apenas parcial.

O tiro com arco é um excelente exercício para a visão.
Jogos como boliche e bilhar são extremamente prejudiciais.

Acreditamos que um certo tipo de óculos, normalmente usados por pessoas nas primeiras fases da velhice ou com visão fraca, pode ajudar muito a corrigir esse defeito.

O magnetismo manual também pode ser útil em alguns casos.
Evite a leitura noturna.
Olhe sempre diretamente para qualquer objeto. Para fazer isso corretamente, use sua força de vontade.

Manchas, "Tecidos de Aranha" e Outros Distúrbios Visuais

A causa desses sintomas pode ser rastreada até uma condição dormente do fígado, afetando o baço e os rins.

Remédio — A região do lado direito do abdômen deve ser pressionada e massageada vigorosamente todos os dias pela manhã — ocasionalmente sendo levemente golpeada — para que os intestinos e os rins funcionem corretamente e sem demora.

A letargia dos intestinos provoca "manchas" diante dos olhos e, ocasionalmente, até cegueira temporária.

A visão depende quase exclusivamente da saúde do sistema nervoso.

Manchas Brancas nas Pálpebras

Remédio — Trate as manchas da mesma forma que se trataria uma verruga ou um sinal, ou seja:

Pegue um fio de cabelo e amarre-o firmemente na base da excrescência.
Isso cortará a circulação capilar e interromperá o fluxo de energia nervosa para a região.
Com o tempo, a mancha se tornará um corpo estranho, começará a apodrecer e cairá.

Pode ser necessário manter a ligadura por vários dias.

Se não for possível amarrar um fio na base da mancha ou verruga, a alternativa é:
Usar uma agulha para puxar um fio através da excrescência.
Deixar as extremidades do fio com cerca de uma polegada de comprimento.
◈ Puxar o fio ocasionalmente para frente e para trás, permitindo que o conteúdo da mancha, verruga ou sinal escorra gradualmente.

O Olho e a Mente

A mente, diz um escritor, é como o olho, pois se ajusta para enxergar objetos próximos e distantes.

Um relógio pode ser consertado mais rapidamente por um relojoeiro do que pelo próprio dono do navio.
O capitão de um barco deteta uma vela distante antes que um artesão consiga vê-la.

Fisiologistas e metafísicos observam o mesmo objeto com diferentes ajustes focais.

Lavagem para Olhos Doloridos por Simpatia

Pegue uma grande pitada de casca de murta-brava (*Myrica cerifera*) — (não confunda com barberry) — e prepare um chá forte com ela.

Quando estiver frio, lave as pálpebras com esse chá, à noite e logo pela manhã.

Se houver granulações nas pálpebras, como efeito da inflamação:

Misture partes iguais de sal refinado e ácido cítrico (meia colher de chá de cada).
Adicione a mistura à clara de um ovo.
Aplique essa pasta sobre os olhos todas as noites e enfaixe-os.
Nunca utilize a mesma mistura duas vezes; sempre prepare uma nova antes de cada aplicação.

Se houver muita coceira nas pálpebras:

Use água de terebintina, que pode ser obtida da seguinte forma:

1. Coloque seis onças de resina crua extraída do pinheiro em meio litro de água morna.
2. Deixe a mistura descansar por dois ou três dias.
3. Aplique várias vezes ao longo de vinte e quatro horas.

Pessoas com olhos doloridos não devem consumir alimentos salgados.

Se houver perda temporária da visão, será necessário estimular a energia nervosa do olho mais saudável com magnetismo manual.

Despejar água fria no pescoço todas as manhãs pode ser um ótimo tônico, mas não substitui o magnetismo.

Não adie a aplicação do tratamento adequado para sua recuperação.

O Arco-Íris no Olho

Existe um tipo de arco-íris em cada olho — ele está presente nas membranas coloridas ao redor da pupila, chamadas íris.

Observe atentamente esse arco-íris quando a luz estiver no ângulo correto em relação à sua visão.

E então, o que ele "promete"?

Tônus do Estômago Destruído

Quando seu estômago apresenta sensação de queimação e rejeita qualquer alimento ou bebida comum, o verdadeiro remédio é o magnetismo manual, aplicado na coluna vertebral e sobre o estômago.

Beba ocasionalmente o chá mais suave feito de cebolas assadas.
Pão de centeio bem torrado é melhor do que pão de trigo para uma digestão fraca.
Engula farinha de milho crua ou mastigue grãos de trigo inteiros.

Sua alimentação deve ser mais nutritiva daqui em diante.
Evite completamente "peixe, carne ou ave".
Alimente-se dos grãos que crescem sob a luz do sol.

Prepare um pudim com partes iguais de cevada, trigo (triturado) e milho.
Consuma esse pudim como o principal prato do jantar.
Abandone sobremesas de qualquer tipo.
Opte por um café da manhã leve.

Se o estômago continuar fraco, com cansaço nas primeiras horas do dia, mas uma melhoria na disposição conforme a noite se aproxima, recomenda-se:

Não comer nada substancial até o almoço.
Dormir uma hora pela manhã é particularmente benéfico.

Um Novo Teste para Diabetes

O professor Paine, em seu Journal of Eclectic Medicine, sugere o seguinte teste:

Coloque uma ou duas gotas de urina sobre uma lâmina de ferro estanhado limpa.
Segure essa lâmina sobre uma chama de lâmpada a fluido e evapore o líquido.
Continue aplicando calor.
Se houver açúcar na urina, a área onde o líquido evaporou adquirirá uma coloração rica, marrom-avermelhada.

Remédio para Fraqueza Urinária

Algumas crianças, assim como adultos, têm o hábito persistente de molhar a cama à noite.

Essa condição pode ser chamada de Diabetes insipidus.

A causa está no excesso de soro no sangue, que contém uma quantidade excessiva de matéria açucarada não assimilada.

No início, a urina é clara e levemente adocicada.
Mas logo passa a emitir vapores peculiares ao estado geral do organismo.

Remédio — Medidas higiênicas são sempre necessárias e essenciais para a cura.

A vítima dessa condição não deve comer ou beber nada doce ou adocicado.
O estômago e os intestinos não devem ser alimentados com alimentos ricos em amido, como batatas e pão fresco.

O estado mórbido do sangue é a causa da fraqueza em algumas crianças, mas, na maioria dos casos, o problema vem do consumo excessivo de leite, dietas açucaradas e pudins.

Nenhum líquido deve ser ingerido junto com as refeições ou em outros momentos, a menos que a sede seja intensa.

Se houver sede intensa, recomenda-se:
Beber limonada forte sem açúcar
Ou ingerir uma xícara de água com 1 a 3 gotas de ácido sulfúrico diluído

Duas vezes por semana, o corpo do paciente deve ser completamente untado com óleo doce, dissolvido com um pouco de terebintina e álcool.

Sempre banhe e massageie da cabeça aos pés, exceto em casos de inflamação local ou dor intensa.

O abandono total de alimentos ricos em amido e açúcar,
O uso da FORÇA DE VONTADE como um "policial" e um "médico",
E o consumo das bebidas ácidas recomendadas

Esse é um excelente tratamento para a grande maioria dos casos.

Pacientes com Diabetes em estágio inicial, que sofrem de longa data, podem acelerar a cura com a seguinte receita:

Coloque em infusão por uma semana:
1 onça de casca de cascarilha
1 dracma de cravo-da-índia e canela, pulverizados
4 onças de casca de limão
1 pint (473 ml) de vinho do Porto da melhor qualidade

Dose recomendada:
1 colher de chá, acompanhada de um biscoito de Graham, no jantar.